

慢性病患者 訓練處方

Exercise for Clients with
Chronic Illness

第13班

CEUs 0.8
A A S F P

課程簡介

慢性疾病患者如糖尿病、心臟疾病、類風濕關節炎、乳癌和腦中風等，於現今的都市已是隨處可見。

然而病患並不代表喪失運動能力，相反適當的運動，更是復康的關鍵。本課程旨在為體適能教練了解各種慢性疾病的病理及運動禁忌，在安全有效的情况下，設計適當的運動處方給這些慢性病患者。

- 學習各種慢性疾病的病理及其運動前之評估
- 介紹各種慢性疾病（包括內科及骨科）的病理、運動方針及禁忌
- 分析病理對運動處方設計的影響
- 針對各類特殊病患人士，講解、設計和實踐運動處方理論及訓練技巧
- 介紹漸進式運動方案（PEP），及小型體適能訓練工具的應用
- 學習設計安全及有效的運動方案和團體課，給予慢性病患者



日期

日期：2025年8月30日（六）

時間：9:00a.m. - 5:00p.m.

地點：AASFP



課程
費用

團體報名（3人或以上）：每人**HK\$2,100**

舊生會員價：**HK\$ 2,300**

正價：**HK\$ 2,400**

提前報名繳費優惠：25年8月9日前報名可享 **HK\$100優惠**



管政棋 Jackie KWAN
註冊物理治療師